



## 《みんなの北三瓶・・・北三瓶はひとつです》

令和7年12月18日 第199号

発行 北三瓶まちづくりセンター



### 志学で楽しく「そば打ち体験」

11月29日、志学まちづくりセンターで、子どもと保護者の計15名で蕎麦打ち体験をしました。蕎麦打ちを教えて下さったのは「シガクミライ合同会社」の三谷さんと志学地区の女性3名。なお、志学地区では「おかあさんのふるさとキッチン」として約2年前から蕎麦打ち体験の参加者を募集しています。

はじめに、三瓶蕎麦の歴史を三谷さんが話されました。北三瓶地区でも蕎麦を作っている人がいると聞き、生産者の写真を見て「私のおじいちゃんがいる！」と驚く子もいました。

蕎麦打ちでは先ず、乾燥したソバの実を白で粉にしました。次に粉を混ぜてこねる段階へ。ねりをして三角錐→丸い形にした後、延しへ。麺棒を使って丸出し、四出しと生地を薄く均一に延しました。最後、生地をたたんで切る時は講師が手本を示し、その手つきに皆さん感心されていました。

自分が打った蕎麦の味は美味しかったかな？



### in 北三瓶 さんすう・数学・工作 おもちゃ箱

12月7日、北三瓶まちづくりセンターで開催。11名の参加者が“楽しく ワクワク”学びました。

17回目の今年は、折り紙等での作品作りと「九九」を使ったゲームに、子ども達は熱中していました。





## 猿 🐒 対策 第16弾！



### 島根県公民館研究集会にて北三瓶の情報を発表！

11月18日(水)大田市民会館にて島根県公民館研究集会にて「町全体で鳥獣対策 猿追い払い作戦」という題で北三瓶の猿の追い払いの様子について発表しました。

この大会の内容は社会教育やまちづくりの観点から発表するので「猿？ 鳥獣花火？ 追い払い？」どこからどうまとめていくのか考えました。

考えていくうち町のためにみんなが追い払いに協力してくれることやみんなで何とかしようとするそんな素敵なまちを紹介しようと思いました。パワーポイントで約20分発表しました。150人の皆さんの前で北三瓶をアピールできたことを報告します。そして、鳥獣害対策を通して安全な場所で、安心して住むことがとても大切なこと、追い払いをすることでたくさんの人とのつながりを感じたことを発表できたいいい機会でした。

講評では 鳥獣害グループラインを使い効果的な追い払いをしている。学校、駐在さん、専門家と連携しているなどいい取り組みをしているとのことでした。

質疑応答では鳥獣煙火のこと、免許のこと、 ロケット花火のことなど実践の様子を知りたいという質問がありました。大会前の質問には、うちは北山がありシカやイノシシの被害が多いです。どんな対策をしているか。また捕まえた後の処理はどのようにされますか？(出雲・高浜公民館) 当日来られた方は熊が出る。鳥獣煙火のことをおしえてくれないか(浜田)。鳥獣煙火を持ってこられる(株)ライズを紹介しました。他の地区にもたくさんの猿情報を聞くことができました。どこの地区も対策に悩んでいるんだとあらためてわかることもありいい研究集会でした。

先日、岩下さんと澤田さんとの情報交換の時、他の地区の話もしたところ

「他の地区は大変ですよ。北三瓶の規模とは違って

すごい状態ですよ。」と伝えると

「北三瓶はしっかり対策をされていることが

大きい」ということでした。

澤田さんから「他の地域が見習う事例だと思いますよ。」

とほめていただきました。



まだまだ続く猿の追い払いですが、これを機会に発表内容を県の方に持って帰ってもらったり市にも報告できたらいいと思っています。今後も皆様にお世話いただきますがどうぞよろしくお願いいたします。

## 第3回 鳥獣害対策検討会

令和8年2月ごろ(未定) 今後の対策について

専門員を迎えて検討会を開く予定。

## スマホ・パソコン教室

進化めまぐるしい生成 AI には、具体的で明確な指示・質問（プロンプト）を使うことが重要！と学びました。質問のコツは・・・

### 具体的な目的を伝える

例えば、「報告書を作成したい」や「説明文を作ってほしい」といった具体的な指示が効果的です。

### 条件を詳しく設定

誰に向けたものか、どのような文体が望ましいか、長さはどのくらいかなど、「～に見せる案内文を作りたい」といった具合です。

### あいまいさを避ける

あいまいな質問は、あいまいな答えを引き出します。具体的な情報を提供することで、よりの確な回答を得ることができます。

### 質問の形式を工夫

質問の仕方を工夫します。例えば、「今日の夕飯に簡単に作れるレシピを3つ教えて」といった具体的なクエストが効果的です。

### やりとり・返答を活用

AI の回答が期待通りでない場合は質問を変えたり、追加してみましょう。AI は過去の学習データに基づいて回答を生成するため、質問の仕方を変えることでより良い結果が得られることがあります。

これらのポイントを意識することで、AI とのコミュニケーションがスムーズになり、より満足のいく回答を得ることができるでしょう。と、AI からの回答を得ました。

## 認知症サポーター養成講座

12月8日、地域包括支援センターの柿田さんとケアマネージャーの松井さんを講師に認知症サポーター養成講座を開き、12名が受講しました。テキストに沿って講師の説明を受けながら、合間に参加者同士で「認知症から連想することは？」「周囲で困った、気になる事は？」等について話し合いました。講座後、サポーターカードを受け取りました。⇒

認知症サポーターは何か特別なことをする人ではありません。

認知症に誰でもなるかもしれない、自分や家族、友人等になるかもと「自分事」として考えることがサポーターの役割の一つです。そして、認知症に対する正しい理解を広め、誤解や偏見を解消していく事も大切です。大田市には4,025人の認知症サポーターがいるそうです。（今年3月末）今回の講座で北三瓶地域にもサポーターが生まれた事が、認知症の方にとって暮らし易いまちづくりにつながればと思います。

なお、認知症についての問い合わせは、大田市地域包括支援センターへ 電話 0854-83-7766





## 情報いろいろ

(問い合わせ/申し込み: 北三瓶まちセン 0854-86-0478)

### スマホ・パソコン教室

令和8年 1月9日(木) 午後1時30分～午後3時

場所 : 北三瓶まちづくりセンター

講師 : 福田卓夫さん(大田町野城) 参加無料



\*お持ちのスマホ・パソコンをお持ちください。無い方にはタブレットをお貸しします。

参加を希望される方は、まちづくりセンターまでご連絡ください。

### 住民税申告相談のお知らせ

令和8年 2月5日(木) 午前9時30分～午前11時



場所: 北三瓶まちづくりセンター ※必要な書類をそろえて、お越し下さい。

### 防災講演会

「今すぐ出来る 災害への備え」

令和8年 1月18日(日) 午前10時～午前11時



講師: 幸村卓己 氏(元 大田市消防本部消防長、現 大田市役所危機管理課 安全防災主任係)

阪神・淡路大震災など全国の被災地での現場経験を踏まえた貴重なお話を聞きます。

参加申し込みは不要。 主催: 北三瓶自主防災会

**利用料** 除雪機貸し出し: 500円/1時間

**除雪の依頼は自主防災会へ**

除雪機運転手つき: 1, 500円/1時間

連絡先: 0854-86-0478